

Resumen: Cuarentena y otras instrucciones para contactos cercanos a una persona con COVID-19

Usted es un “contacto cercano” si estuvo expuesto a alguien que dio positivo* por COVID-19 mientras eran infecciosos¹ si:

- Estuvo dentro de los 6 pies por un total de 15 minutos o más durante un período de 24 horas.
- Tuvo contacto sin protección con sus fluidos corporales y/o secreciones. Por ejemplo, tosieron o estornudaron cerca de usted, compartieron una taza para beber o utensilios para comer, lo besaron o lo cuidaron sin usar el equipo de protección adecuado.

* Dio positivo significa que tuvo una prueba viral positiva.

DEBE ponerse en cuarentena si no está al día con sus vacunas contra el COVID-19

Siga las instrucciones a continuación si usted:

- No está vacunado/no ha completado su serie primaria de vacunas, o
- Completamente vacunadoⁱⁱ y elegible para una dosis de refuerzo, pero aún no ha recibido su dosis de refuerzo.

Vea la página siguiente para las personas que no están requeridas a ponerse en cuarentena.

1 Cuarentena

Quédese en casa durante al menos 5 días[^] después de su último contacto con la persona que tiene COVID-19.

- **Hágase la prueba el día 5.** Además, considere hacerse la prueba de inmediato, especialmente si usted o alguien que vive con usted tiene un [mayor riesgo de enfermarse gravemente](#). Si da positivo, siga las instrucciones de aislamiento en ph.lacounty.gov/covidaislamiento.
- La cuarentena puede terminar después del día 5 **solo** si no tiene síntomas **y** su prueba viral de COVID-19 realizada el día 5 o después es negativa.
- La cuarentena puede terminar después del día 10, siempre y cuando no presente síntomas.

El día 1 es el primer día completo después de su último contacto con la persona infectada.

Cuando esté en cuarentena, tome precauciones para proteger a los demás, entre ellas:

- Quédarse en casa excepto para recibir atención médica.
- No tenga visitas.
- Sepárese de los demás en su hogar. Si necesita estar en la misma habitación que los demás:
 - Use una mascarilla que no sea de tela y que le quede bien ajustada. Consulte a continuación para obtener más detalles.
 - Es importante mantenerse alejado de las personas que no están vacunadas y de aquellas que corren un [mayor riesgo de enfermarse gravemente](#).
 - Abra las ventanas o use un ventilador o aire acondicionado.
 - Lávese las manos con frecuencia.
- Use un baño separado si es posible. Si no, desinfecte el baño después de cada uso.

2 Monitoree su salud durante 10 días

Si se desarrollan síntomas, hágase la prueba y quédese en casa. Si da positivo, siga los requisitos de aislamiento en ph.lacounty.gov/covidaislamiento.

3 Use una mascarilla de grado médico que le quede bien ajustada alrededor de otras personas durante 10 días

después de la última vez que estuvo expuesto, especialmente en espacios interiores. Los niños deberían usar una mascarilla que no sea de tela y que se ajuste bien, de múltiples capas de material no tejido con un alambre para la nariz. Consulte ph.lacounty.gov/mascarillas para obtener más información.



4 Siga la cuarentena completa y otras instrucciones para contactos cercanos

Pídale una copia a su médico, escanee el código QR a continuación o visite ph.lacounty.gov/covidcuarentena.

Resumen: Cuarentena y otras instrucciones para contactos cercanos a una persona con COVID-19

No necesita ponerse en cuarentena si está al día con sus vacunas contra el COVID-19 o si tuvo el COVID-19 en los últimos 90 días

Siga las instrucciones a continuación si no tiene síntomas Y:

- Está al día con todas las vacunas contra el COVID-19 (completamente vacunado y ha recibido una dosis de refuerzo o completamente vacunado y aún no es elegible para una dosis de refuerzo), **O**
- Dio positivo por COVID-19 en los últimos 90 días y se recuperó*

* La prueba debe ser una prueba viral de COVID-19 [autorizada por la FDA](#), como una prueba de antígeno o NAAT/PCR. Recuperado significa que completó el período de aislamiento para su infección por COVID-19.

Requerido

- **Monitoree su salud durante 10 días.** Si se desarrollan síntomas, quédese en casa y hágase la prueba. Si da positivo, siga los requisitos de aislamiento en ph.lacounty.gov/covidaislamiento.
- **Use una mascarilla de grado médico que le quede bien ajustada alrededor de otras personas durante 10 días,** especialmente en espacios interiores.
 - Los niños deberían usar una mascarilla que no sea de tela y que se ajuste bien, de varias capas de material no tejido con un alambre para la nariz.
 - Consulte ph.lacounty.gov/mascarillas para obtener más información

Recomendado

- **Hágase la prueba.** Considere la posibilidad de hacerse la prueba de inmediato, especialmente si usted o alguien que vive con usted tiene [un mayor riesgo de enfermarse gravemente](#). Si da negativo, considere volver a hacerse la prueba el día 5. Si da positivo, siga las instrucciones de aislamiento en ph.lacounty.gov/covidaislamiento. (No se recomienda la prueba de COVID-19 para las personas que dieron positivo en la prueba de COVID-19 en los últimos 90 días, a menos que se presenten síntomas).



Siga todas las instrucciones para contactos cercanos

Pídale una copia a su médico, escanee el código QR a continuación o visite ph.lacounty.gov/covidcuarentena.

ⁱ Una persona con COVID-19 se considera infecciosa desde 2 días antes de que comenzaran sus síntomas (o el día en que se tomó su primera prueba positiva) hasta que finaliza su período de aislamiento.

ⁱⁱ Completamente vacunado significa que han pasado dos semanas desde que completó su serie primaria. Consulte la [Tabla de elegibilidad para la vacuna contra el COVID-19](#) para obtener información sobre cuándo es elegible para una vacuna.